

高松市立鬼無小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら考え行動できる、心豊かでたくましい児童を育成する

【本校の課題】

- 男女とも、多くの学年で握力・20mシャトルラン・反復横跳びの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 積極的に外遊びに取り組む児童もいるが、運動に対する意欲の二極化の傾向が見られる。

【現状】

業前や昼休みには元気よく運動場で遊んでいる児童の姿が見られるが、業間は教室で過ごす児童が多い。そして、運動場へ出て遊ぼうとしない児童も決まってきた。また、約半数の児童は遊具等で遊んでおり、運動量がやや少ないと言える。そこで、クラス遊びを週1回程度計画し、運動習慣への意識を高めようとしている学級が多くなってきた。

【取組】

昼休みの体育館開放

雨天時には、各学年団に体育館開放を割り当てて、運動量の確保に努める。安全確保のため、各学年団1名の教員が必ず児童管理を行うこととする。

パワーアップタイムの実施

縦割りグループで、昼休みに楽しみながら長縄に取り組むことで持久力の向上につなげ、3学期には、朝(7:45～)に「縄跳びチャレンジ」、業間に週3回「全校マラソン」を一定期間、実施する。

検定表の実施

握力向上につなげるために、「雲梯」や「登り棒」に関する検定表を作成し、全校児童に配布する。昼休みに運動委員会の児童が判定係となり、児童の検定表にチェックを付けていくようにする。

剣道指導の継続

5・6年生を対象として、体育学習の中で11～12月に剣道を実施する。これは本校の伝統として受け継がれてきたものであり、心身両面での基礎を鍛えることをねらっている。

【目標】

- 体力・運動能力テストの各学年平均記録を、全国・県平均より4種目以上で上回ることができる。
- 週2回以上の外遊びを推奨し、自ら進んで運動に親しむ態度や能力を身に付け、友だちと仲良く運動に取り組むことができる。